

PRILAGODBA DJETETA NA BORAVAK U JASLICAMA I VRTIĆU POŠTOVANI RODITELJI

Dobro došli u DV Zapruđe. Veseli nas dolazak Vašeg djeteta i početak višegodišnje suradnje s Vama. Kako bi omogućili što lakšu i bržu prilagodbu Vašeg djeteta pripremili smo za Vas neke upute i prijedloge. Za većinu djece prilagodba na jaslice ili vrtić predstavlja prvo iskustvo svakodnevnog i dugotrajnijeg odvajanja od roditelja. Pored odvajanja od svojih najmilijih, dijete čeka sasvim drugačije okruženje nego u roditeljskom domu te je stoga važno osigurati dovoljno vremena za prihvaćanje novih uvjeta i povezivanje s odgojiteljima. Svjesni velike promjene u životu svog djeteta, roditelji nam često postavljaju pitanja vezana uz prilagodbu na novu sredinu... Kako će dijete prihvatiti svakodnevni rastanak od roditelja? Koliko dugo će trajati prilagodba? Što ako moje dijete neutješno plače? Što ako ne može zaspati, ne želi jesti u vrtiću? Može li odgojiteljica prepoznati kad je mokro, umorno, gladno ili jednostavno želi malo maženja i utjehe? Kako će reagirati na drugu djecu? Kako pomoći djetetu da ova promjena prođe što bezbolnije? O ČEMU OVISI BRZINA I LAKOĆA PRILAGODBE? Kako će se dijete prilagoditi na jaslice/vrtić, ovisi o mnoštvu čimbenika. U prvom redu to su osobine samog djeteta. Svjesni smo da djeca različito reagiraju u istim situacijama te da isti podražaj može za neko dijete biti stimulirajući, a za drugo predstavljati neugodu, iritaciju. Postoji mnoštvo urođenih individualnih razlika u reagiranju djeteta (temperamentu). Kod djece uočavamo različitu razinu aktivnosti, pravilnost bioloških ritmova, prilagodljivost, prag osjetljivosti i sl. Neka djeca pokazuju veću sigurnost u novim situacijama, u kontaktu s nepoznatim osobama, veću znatiželju koja ih pokreće ka istraživanju, a neka su opreznija, više vezana uz bliske osobe te im je potrebno dulje vrijeme da se prilagode novoj sredini. Različiti utjecaji u tijeku trudnoće i poroda također su povezani sa specifičnostima djeteta i njegovim općim zdravstvenim stanjem. Brzina i lakoća prilagodbe ovise i o dobi te dosadašnjim iskustvima djeteta kao i kvaliteti njege i brige za vrijeme odvojenosti od roditelja. Za pravilan i zdrav razvoj djeteta od temeljne je važnosti razvijanje sigurne privrženosti uz barem jednu blisku osobu - najčešće su to jedan ili oba roditelja. Provodeći vrijeme u sigurnom i predvidivom okruženju u kojem postoji osjetljivost za djetetove potrebe stvara se razvoj povjerenja u odrasle osobe, najprije u užem obiteljskom krugu, a kasnije i širem. Pozitivna iskustva dobivena u ovom ranom razdoblju prenose se na ostale osobe, a to je ujedno i put ka stvaranju emocionalne veze s odgajateljem kad dijete krene u vrtić. Od velike važnosti su i iskustva odvajanja od roditelja. U većini slučajeva lakše će se prilagoditi djeca koja su imala prilike za kraća odvajanja od roditelja u dobrim, pozitivnim uvjetima, npr. ostajala s članovima šire obitelji ili prijateljima u nekom poznatom okruženju, nego djeca koja ovakva iskustva nisu imala prilike doživjeti. Kao faktor rizika, tj. moguće dugotrajnije i intenzivnije prilagodbe ubrajaju se odvajanja u nepovoljnim uvjetima, npr. nagli odlazak u bolnicu, naročito ukoliko je dijete osjetljivo.

**KAKO BI VAŠOJ DJECI I VAMA, DRAGI RODITELJI, OLAKŠALI OVO
RAZDOBLJE, ORGANIZIRALI SMO: Postupni dolazak djece u prvim danima tako da**

se odgojitelji mogu više posvetiti novoj djeci. Oba odgojitelja prvi tjedan rade u prijedodnevni satima. Članovi stručnog tima u svakom objektu prate prilagodbu djece i pružaju potrebnu pomoć, podršku i savjete. „Savjetovanište za roditelje“ za sve koji imaju neko pitanje, dilemu, primjedbu, traže savjet. Individualne konzultacije odgojitelja s roditeljima (prema rasporedu pojedinih odgojitelja u odgojnim skupinama) odvojeno od bliskih osoba, bolest roditelja i sl. Kada dijete krene u jaslice ili vrtić, od temeljne važnosti je Vaš pozitivan stav i povjerenje u osobe kojima povjeravate svoje dijete. Neki roditelji se vesele ovom razvojnom koraku svojeg djeteta, svjesni važnosti druženja s drugom djecom. Druge roditelje muče strahovi vezani uz odvajanje od svojeg djeteta. Roditelj koji strahuje i misli kako će se njegovo dijete teško prilagoditi taj strah prenosi na dijete. Dijete reagira na neverbalne signale svojeg roditelja, na ponašanje i ako osjeti njegovu uznemirenost i samo će reagirati nesigurnošću i plaćem. Ovo je važan trenutak i značajna stepenica u razvoju djeteta te mu treba stabilan oslonac kako bi što bezbolnije krenulo dalje. Budite iskreni i o svojim dilemama razgovarajte s ukućanima, odgojiteljima, članovima stručnog tima. Zajedno možemo olakšati ovaj period i Vama i Vašoj djeci. Znamo da su neka djeca osjetljivija na promjene od druge, teže se uspavljaju, zahtijevaju više pažnje i utjehe, jednostavno trebaju više vremena i postepenu prilagodbu. Zbog toga je neophodna dobra suradnja roditelja s odgojiteljima, članovima stručnog tima te međusobno uvažavanje.

PREPORUKE ZA LAKŠU PRILAGODBU Kako bi dijete lakše prihvatilo Vašu odsutnost kad krene u jaslice ili vrtić poželjno je da tijekom ljeta: Omogućite djetetu kraća iskustva odvajanja od Vas u poznatom okruženju ili s poznatim osobama. Prilagodite dnevni ritam i koliko je to moguće uskladiti ga s ritmom u vrtiću (ustajanje, vrijeme obroka, odlazak na spavanje). Sukladno dobi djeteta potičete samostalnost u hranjenju, oblačenju, uspavljivanju i brizi o sebi. Poticanje samostalnosti jača neovisnost djeteta i potiče njegovo samopouzdanje („ja to mogu sam/a“). Djeca kroz ove aktivnosti vježbaju i koordinaciju, fine motoričke vještine, upornost. Omogućite druženje s vršnjacima uz prisutnost roditelja, upoznavanje novih osoba i na taj način olakšate djetetu boravak u skupini. Pored novog prostora Vaše dijete trebat će se prilagoditi na svoje odgajatelje, nove osobe s kojima će provoditi veći dio dana. Osim toga, u vrtiću Vaše dijete čeka novo iskustvo - boravak s većim brojem djece slične dobi, a ujedno i manjim brojem odraslih nego u roditeljskom domu. Starijoj djeci objasnite kako će izgledati njihov boravak u vrtiću, kako je organiziran dan, koje aktivnosti će se provoditi... Ponesete igračku ili predmet koji djetetu pruža sigurnost i utjehu – tzv. prijelazni objekt (neka djeca spavaju s dekimom, plišanom igračkom, neka traže bočicu, duđu). Ne uvodite veće promjene neposredno prije polaska u vrtić te tijekom prilagodbe – npr. odvikavanje djeteta od dude, bočice, pelena (djetetu je dovoljan izazov prilagodba na vrtić pa pričekajte dok se potpuno ne adaptira na novu sredinu)

KADA DIJETE KRENE U JASLICE / VRTIĆ Od prvih dana od izuzetne važnosti je: Otvorena komunikacija s odgojiteljima kao Vašim najbližim suradnicima. Poštivanje unaprijed dogovorenih termina dolaska i odlaska iz vrtića (osobito u periodu prilagodbe). Poštivanje redovitog dolaženja u jaslice/vrtić – prekidi u

ovom periodu otežavaju prilagodbu – osim, naravno ako se radi o bolesti djeteta; tada svakako pri ponovnom dolasku u vrtić donijeti ispričnicu od nadležnog liječnika. Molimo roditelje da se ne opraštaju predugo s djetetom, ne vraćaju se jer su zaboravili nešto reći odgojitelju i sl. jer na taj način samo otežavaju rastanak (u slučaju potrebe davanja neke dodatne informacije možete telefonski kontaktirati djelatnike vrtića).

DOLAZAK U JASLICE / VRTIĆ PREMA UNAPRIJED DOGOTOVRENOM PLANU DOLAŽENJA Neki roditelji planiraju polazak djeteta u vrtić 01. rujna, neki kasnije. Kako bi se djeci omogućili što bolji uvjeti u prvim danima, s odgojiteljima ili članovima stručnog tima dogovara se postupni dolazak djece tijekom jutarnjih sati i prijepodneva. Na ovaj način omogućava se postupno uključivanje djeteta u skupinu i prilagođavanje novim uvjetima. Roditelji i odgajatelji dogovaraju se o dužini boravka roditelja i djeteta u skupini, ovisno o specifičnostima djeteta i mogućnostima roditelja. Naša preporuka je da za prilagodbu svojeg djeteta osigurate 2 tjedna ukoliko je ikako moguće. Boravak u jaslicama / vrtiću je velika promjena u odnosu na dosadašnja iskustva djeteta te je potrebno osigurati dovoljno vremena za postupno prilagođavanje kako ne bi došlo do neželjenih posljedica (prekomjerna tuga i plač, odbijanje hrane, povraćanje, odbijanje odlaska u vrtić, pretjerano vezivanje za roditelje...), a sva ova ponašanja djeluju na cjelokupno psihofizičko stanje djeteta. Prvi dan djeca najčešće borave oko sat vremena zajedno s roditeljem. Kako bi odgojitelji mogli što bolje upoznati djecu i razmijeniti važne informacije o djeci s roditeljima omogućit će se boravak u različitim terminima: prva grupa dolazi od 8-9, druga od 9-10, a treća od 10-11 sati. Oba odgojitelja prvi tjedan rade u prijepodnevnoj smjeni, a ovisno o mogućnostima i dulje. Neka djeca već prvi dan istražuju prostor sobe dnevnog boravka, slobodno uzimaju igračke i njima manipuliraju, neka se više zadržavaju u blizini roditelja, traže njihovu blizinu i sigurnost. Potrebno je poštivati djetetov ritam i njemu se prilagoditi, koliko god to mogućnosti dopuštaju. Vaša uloga u ovim prvim danima je da svojim ponašanjem pružite djetetu sigurnost i potaknete ga na interakciju i istraživanje. Vaša otvorena komunikacija i suradnja kako s odgojiteljima tako i s djecom koja borave u grupi bit će djetetu poticaj za djelovanje i lakše snalaženje u novim uvjetima. Drugi dan roditeljima se preporuča da nakon kraćeg boravka u odgojnoj skupini dijete ostave s odgojiteljima i djecom 30-tak minuta, ovisno o starosti djeteta, o tome kakva iskustva dijete ima s odvajanjima od roditelja, njegovim osobinama, uvjetima u grupi i sl. – u dogovoru s odgojiteljima). Iduća tri dana samostalni boravak djeteta se postupno produžava u prijepodnevni satima. Drugi tjedan dijete ostaje na ručku, a sredinom tjedna i na spavanju. U ovim prvim danima ne brinite ako dijete odbija obroke, najvažnije je da stekne povjerenje u odgojitelje i prihvati ostanak u jaslicama /vrtiću. Dinamiku dolaženja djeteta moguće je dodatno prilagoditi potrebama djeteta i roditelja, u dogovoru s odgojiteljima. → **T I J E K O M G O D I N E:** Pratite boravak djeteta u vrtiću, interesirajte se o njegovom ponašanju i razvoju, ne samo u periodu prilagodbe nego kontinuirano. Obavještavajte nas o svim važnim promjenama kako bi mogli bolje razumjeti ponašanje djeteta te mu pružiti dodatnu pažnju ukoliko je to potrebno. Razmjenjujte informacije o zdravstvenom stanju, razvoju djeteta, ponašanju u skupini.

Pratite sve obavijesti u Vrtiću – putem oglasnih ploča te na našoj web stranici Redovito dolazite na roditeljske sastanke radionice, predavanja u organizaciji odgojitelja, članova stručnog tima, ravnatelja – o čemu će roditelji biti na vrijeme obaviješteni Suradujte s djelatnicima Vrtića – dolazite na individualne konzultacije, dogovore, razgovore – s odgojiteljima i članovima stručnog tima i zdravstvenim voditeljem prema potrebi U slučaju nedoumica, pitanja, primjedbi, pohvala, kontaktirajte matične odgojitelje, članove stručnog tima i zdravstvenog voditelja. U periodu prilagodbe očekujte da će Vaša djeca nakon dolaska kući tražiti više pažnje, nježnosti, a ponekad i Vašu stalnu fizičku blizinu. Neka djeca se grčevito drže roditelja, neka su osjetljivija, plačljiva, bude se tijekom noći. Omogućite im Vašu blizinu, nježnost, podršku, posvetite više vremena zajedničkom druženju. Djetetu treba vremena za prilagodbu, važno je da budete strpljivi i pokažete svoj pozitivan stav i povjerenje u osoblje vrtića. Bruno Fiala, psiholog

SVOJ DJECI I RODITELJIMA ŽELIMO UGODAN BORAVAK U NAŠEM VRTIĆU